

**Система всеобщего и непрерывного физического воспитания –
механизм формирования психофизического и духовного здоровья
личности**

Научно-педагогическое обоснование и программное обеспечение

для работников системы общего
и профессионального образования

Монография

Москва 2013

Система всеобщего и непрерывного физического воспитания – механизм формирования психофизического и духовного здоровья личности: Монография / Под ред. А.А. Передельского. – М., 2013. – с.

Авторский коллектив:

Передельский А.А. - введение – техническое задание, глава 1., 1.4., глава 2., 2.2.

Ковылин М.М. – глава 1., 1.1., глава 2., 2.1.

Коников С.Л. - глава 2., 2.2.

Друговская И.И. - глава 1., 1.2.

Султанова Р.А. - глава 1., 1.3.

Содержание

В качестве введения. Техническое задание для получения федерального гранта на выполнение комплексной научно-методической разработки по теме: «Система всеобщего и непрерывного физического воспитания в России».....	4
Глава 1. Комплексное научно-педагогическое обоснование концепции системы всеобщего и непрерывного физического воспитания	19
1.1. Физкультурно-спортивная деятельность в свете поло-возрастных особенностей онтогенеза человека.....	19
1.2. Проблемы и рекомендации спортивной и профилактической медицины в контексте создания системы всеобщего и непрерывного физического воспитания.....	35
1.3. Влияние физической культуры и спорта на психическое здоровье.....	49
1.4. Профильная педагогическая технология, ее конкретно-исторический прикладной характер и роль в сдерживании и ограничении тенденции спортизации физической культуры.....	53
Глава 2. Программное обеспечение концепции системы всеобщего и непрерывного физического воспитания.....	77
2.1. Велоподготовка как составная часть учебного курса по физической культуре (I – III классы).....	77
2.2. Традиционная историческая версия физического воспитания как основа и системообразующий фактор при программировании учебно-образовательных курсов по физической культуре (V – XI классы).....	102

В качестве введения

Техническое задание

**для получения федерального гранта на выполнение комплексной
научно-методической разработки по теме:**

**«Система всеобщего и непрерывного физического воспитания в
России»**

Исполнитель

Временный научный коллектив под руководством А.Н. Блеера – д.п.н., проф., члена-корреспондента РАО и А.А. Передельского – д.п.н., к.ф.н., доц.

Пояснительная справка

В современных условиях физическая инертность большей части населения страны крайне отрицательно сказывается на здоровье и трудоспособности людей, выступает независимым фактором риска развития многих хронических заболеваний, в том числе приводящих к летальному исходу.

В качестве одного из наиболее эффективных средств, механизмов, противодействующих как физической инертности, так и вредным привычкам, традиционно рассматривается спорт, спортивная деятельность. Развивая данную позицию, концепция спортизации настаивает на переносе высоких спортивных технологий в область физического воспитания, на внедрении их в курсы физической культуры. Однако концепция спортизации не учитывает, что применение высоких спортивных технологий оправдано лишь на базе многолетней интенсивной подготовки физически и психически наиболее развитых людей, причем лишь в строго определенном возрасте (см. онтокинезиологические таблицы). Кроме того, спортивная нагрузка, вернее

перенагрузка не менее опасна для здоровья, чем физическая инертность, так как стимулирует развитие и рецидивы наследственных и приобретенных хронических заболеваний, приводит к существенным социально-психическим и интеллектуально-духовным деформациям личности, сопровождается многочисленными физическими и психическими травмами разной тяжести, затрудняет и ограничивает социализацию личности.

Вместе с тем, спорт исторически неотделим от физического воспитания (хотя бы на современной стадии развития), плавно вошел своими частями, видами в учебные курсы по физической культуре, с чем также приходится считаться при создании и обеспечении системы физической активности населения, единственно способной сохранить здоровье и онтокинезиологический потенциал нации.

Комплексное научное обоснование системы физической активности детерминировано структурой личности и включает следующие научно-дисциплинарные подходы: философско-социологический, педагогический, психологический, медико-профилактический, морфофункциональный, физиологический.

На основе комплексного научного обоснования и половозрастного учета оптимальных параметров физической активности россиян следует разработать систему всеобщего и непрерывного физического (телесно-двигательного) воспитания, предусмотреть условия ее практического внедрения и систему обратной связи или контроля эффективности.

Актуальность темы исследования

Актуальность проблемы «введения в строй» системы всеобщего и непрерывного физического воспитания определяется противоречием между ее все более острой необходимостью и чередой неудачных попыток ее создания как в нашей стране, так и за рубежом. В качестве главных причин неудачи в создании подобной системы следует назвать следующее:

- отсутствие реального, подкрепленного должным финансированием, кадровым, материально-техническим и иным ресурсным обеспечением государственного или хотя бы регионального заказа на такую широкомасштабную системную работу;

- существование определяющей абстрактно-гуманистической спортивно-целевой ориентации физического воспитания, подменяющей общефизические комплексы телесно-двигательной производственно и функционально обоснованной активности многовидовой спортивной деятельностью. При этом комплексное психофизиологическое влияние разных видов спортивной деятельности на среднестатистическую личность изучено очень плохо, в основном в плане программы и динамики совершенствования спортивных результатов;

- острая нехватка профильных специалистов по физической культуре и ученых, занятых исследованиями в области спортивной психологии, социологии, медицины, физиологии, педагогики, слабое материально-техническое обеспечение их работы. Как следствие – несогласованность и отсутствие достоверных измерительных шкал, научно обоснованных норм и нормативов, определяющих среднестатистические показания здоровья;

Плохая и неполная диагностика заболеваний, связанная с симуляцией молодежи, не желающей служить в армии и диссимуляцией спортсменов, боящихся потерять спорт как работу, людей, рассчитывающих путем симуляции и диссимуляции получать страховку и другие бонусы;

- стремление властей направить политику поощрения активного образа жизни населения в область внешних и личных ресурсов, не увеличивая, а наоборот, снижая бюджетные затраты на подобную программу. Как одна из общепринятых разновидностей указанной политики снижения государственных затрат – доминирующая ориентация на использование и так финансируемых видов спорта.

Отметим, что ни в одной стране мира в последние три – четыре десятилетия спортивная ориентация в решении проблемы не помогла, а лишь

способствовала, по признанию официальных международных источников типа резолюций комиссий ЮНЕСКО, вовлечению физического воспитания в полосу затянувшегося и углубляющегося кризиса.

О необходимости создания общероссийской системы всеобщего и непрерывного физического воспитания свидетельствует и анализ эволюции нашего отечественного программного обеспечения физического воспитания с 1918 года до начала 1990-ых годов. Данный анализ явственно показывает актуальность тесной связи указанного программного обеспечения не с аспектом спортизации, а с военно-политическим и производственно-экономическим аспектом. Тенденция спортизации физического воспитания проникает с 30-ых годов в образовательные программы с целью поддержать развитие спорта, в частности, обеспечить массовый контингент. Таким образом, физическая культура используется как механизм развития массового спорта, наполнения спортшкол, а не наоборот.

Точно также элемент здоровье сбережения попадает в программы по физической культуре строго конкретно-исторически, исходя из целевой ориентации на решение задачи восстановления и укрепления здоровья детей, подорванного войной 1941 – 1945 гг.

Наконец, о необходимости создания системы всеобщего и непрерывного физического воспитания свидетельствует исторический анализ этой сферы, начиная с Древней Греции и Рима, где она занимала важнейшее, ничем не заменимое место, выполняя роль не только механизма подготовки военно-гражданского резерва, но и основного канала социальной культурной преемственности, кстати, полностью разведенного со спортом по разным полосам общественной деятельности.

Цель работы

Создание и научное обоснование программы разработки дифференцированной половозрастной системы комплексов телесно-двигательной (психофизической) активности, системных рекомендаций по ее